FrittaSelle…what’s these?



Che sarà che sarà che saraaaaaà?
Che sarà la “FrittaSella” chi lo saaaaaà?
Pomodori, un cipollotto ed olive in quantità
E per finireun fil di pesto qua e là!
Che sarà che sarà che saraaaaaà?
Che sarà la “FrittaSella” non si saaaaaa!
Se mi date un fresc’ovetto il segreto svelerò
E poi tutti a pranzo qui v’inviterò!

Bene bene ragazzi! Allora, dopo questa performance canora che fa degna concorrenza al “WakaWaka” di Shakira (lei muoverà pure l’anca ma come ti rompo le uova io…tzè!!!) avete capito cos’è la “FrittaSella”? Come, ancora no? Vabbè, ve l’ho promesso e mò ve lo dico…
FRITTA-ta + fri**SELLA** = **FRITTA-SELLA**
Frisella di frittata, semplice no?!?!?!
Io la trovo leggera, allegra, sfiziosa e perchè no, anche “tres chic”!
Oddio, proprio “tres chic” forse è esagerato ma in questa forma anche un semplice ovetto fa la sua bella figura in tavola e tiene testa alta in un’occasione un po’ più “IN”!
Voi che ne dite?
Allora, se la “FrittaSella” vi ha conquistati, mano alle padelle e fuoco ai fornelli!
Solo pochi minuti et voilà…pronto in tavola!
Io corro a prepararla, alla faccia di mr C! A lui ci penso un’altra volta!

Finte friselle mediterranee

Print
Prep time
1 h
Cook time

20 mins
Total time
1 h 20 mins

Per 4 persone
Author: Federica
Recipe type: Secondi piatti
Serves: 4
Ingredienti

- 8 uova
- 2 cucchiai di emmenthal olandese grattugiato
- pomodori ciliegino
- 1-2 cipollotti freschi di Tropea (secondo el dimensioni)
- olive nere snocciolate
- 2-3 cucchiai di panna fresca (o latte)
- 1 spicchio d’aglio
- 2-3 foglie di basilico
- pesto genovese q.b.
- olio evo
- sale
- peperoncino (facoltativo)

Procedimento

1. In una ciotola sbattere le uova con un pizzico di sale, la panna e il fomaggio grattugiato.
2. Con il composto prepare 4 frittatine cuocendole in una padellina di 14-16 cm unta d’olio, in modo che risultino leggermente spesse.
3. Tenere da parte e lasciar raffreddare.
4. Lavare i pomodorini e tagliarli in quarti, poi lasciarli insaporire con il basilico spezzettato, lo spicchio d’aglio sbucciato e diviso a metà (andrà in seguito eliminato) e, volendo (io sì!!!), una punta di peperoncino.
5. Mondare i cipollotti e affettarli sottili.
6. Tagliare le olive a rondelle.
7. Ritagliare il centro di ciascuna frittata con un

tagliapasta in modo da ricavare degli anelli (le “friselle”) e cubettare le parti di frittata rimaste.

8. Completare il piatto distribuendo su ciascun anello di frittata uno strato di dadolata di pomodoro, fettine di cipollotto, rondelle di olive e cubetti di frittata tenuti da parte.
9. Condire con qualche cucchiaio di pesto lasciato cadere a filo e servire.

Note
Ho leggermente diluito il pesto con il sughetto dei pomodori per renderlo più fluido, evitando così di aggiungere altro olio.



P.S. prometto che la mia carriera musicale finisce qui, anche se un bel CD “FrittaSella Bum Bum” non lo vedevo poi così male!